



## Sağlık Alanı Öğrencilerinde Slow Food Bilgi Düzeyleri ve Beden Kütle İndeksi İlişkisi (The Relationship Between Slow Food Knowledge Levels and Body Mass Index in Health Field Students)

\* Hilal DOĞAN GÜNEY<sup>a</sup>, Özlem ÖZER ALTUNDAĞ<sup>b</sup>, Pınar GÖBEL<sup>c</sup>

<sup>a</sup> Safranbolu District Health Directorate, Nutrition and Diet Unit, Karabük/Türkiye

<sup>b</sup> Karabuk University, Safranbolu Faculty of Tourism, Department of Gastronomy and Culinary Arts, Karabuk/Türkiye

<sup>c</sup> Ankara Medipol University, Faculty of Health Sciences, Department of Nutrition and Dietetics, Ankara/Türkiye

### Makale Geçmişi

Gönderim Tarihi: 11.07.2024

Kabul Tarihi: 27.09.2024

### Anahtar Kelimeler

Slow Food

Beslenme

Obezite

Üniversite öğrencisi

### Öz

Obezite son yıllarda dünyada giderek artış gösteren bir salgın boyutuna gelmiştir. Fast Food'a alternatif seçim olan Slow Food'a dayalı beslenmenin önemi giderek artmaktadır. Bu çalışma sağlık bölümlerinde okuyan öğrencilerin Slow Food bilgi düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Çalışma 318 (254 kadın, 64 erkek) öğrencinin katılımı ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara sosyo demografik bilgileri, antropometrik ölçümleri, genel sağlık bilgilerini, beslenme alışkanlıklarını ve Slow Food Farkındalık Ölçeğini içeren çoktan seçmeli anket formu uygulanarak veriler toplanmıştır. Katılımcıların %47,2'si 21-22 yaş grubunda, %79,9'u kadındır. BKİ sınıflandırmasına göre %68,6'sının normal BKİ değerlerinde olduğu, %84,0'ın dışarda/online olarak Fast Food besin tükettiği, %78,3'ünün Slow Food akımını duymadığı saptanmıştır. Slow Food akımını duyma durumuna göre; Slow Food akımını duyanların Slow Food Farkındalık ölçeği puanları, duymayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $Z=-4.51$ ;  $p<0,001$ ). BKİ sınıflandırmasına göre zayıf, normal, hafif şişman olan bireylerin tüm alt ölçek puanlarının birbiriyle pozitif yönde ilişkisi olduğu; obez olan bireylerde sadece iyi sağlıklı gıda ile temiz gıda arasında pozitif yönde ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Slow Food akımına insanlığın bakış açısını ve bilgi düzeyini değerlendirebilmek adına toplumun farklı kesimlerini değerlendiren, insanların bilgi düzeyini ve ilgi durumlarını içeren daha geniş kapsamlı çalışmalara ihtiyaç vardır.

### Keywords

Slow Food

Nutrition

Obesity

University student

### Makalenin Türü

Araştırma Makalesi

### Abstract

Obesity has become an increasing epidemic in the world in recent years. The importance of Slow Food based nutrition, which is an alternative choice to Fast Food, is increasing. This study was conducted to determine the level of Slow Food knowledge of students studying in health departments. The study was conducted with the participation of 318 (254 female, 64 male) students. Data were collected from participants using a multiple-choice questionnaire that included their sociodemographic information, anthropometric measurements, general health information, dietary habits and the Slow Food Awareness Scale. It was determined that 47.2% of the participants were in the 21-22 age group, 79.9% were female, 68.6% were in the normal BMI class, 84.0% consumed Fast Food outdoors/online, and 78.3% had not heard of the Slow Food movement. According to the status of hearing about the Slow Food movement, it was determined that the Slow Food Awareness scale scores of those who had heard about the Slow Food movement were significantly higher than those who had not ( $Z=-4.51$ ;  $p<0.001$ ). According to BMI classification, it was found that there is a positive correlation among all subscale scores for individuals who are underweight, normal weight, and overweight; however, for obese individuals, a possitive correlation was observed only between good healthy food and clean food in obese individuals ( $p<0.005$ ). In order to evaluate the perspective and knowledge level of people on the Slow Food movement, there is a need for more comprehensive studies evaluating different segments of society, including people's level of knowledge and interest.

\* Sorumlu Yazar

E-posta: hilaldogan21@gmail.com (H. Doğan Güney)

DOI: 10.21325/jotags.2024.1482

## GİRİŞ

Obezite, mortalite için önemli bir risk faktörüdür ve her yıl ortalama 2,8 milyon insan obezite ile ilişkili nedenlerden hayatını kaybetmektedir (Tantengco, 2022). Son otuz yılda obezite oranları dünya genelinde yetişkinlerde %27,5'e gençlerde ise %47,1'e yükselmiştir (Dhurandhar, 2022). Epidemiyolojik araştırmalar, beslenme alışkanlıklarındaki değişikliklerin obezite ve obeziteye bağlı hastalıkların gelişimine güçlü bir şekilde katkıda bulunduğunu göstermektedir (Cui vd., 2022; Ronto vd., 2020). Fast Food restoranlarında; doymuş/trans yağ, şeker, basit karbonhidratlar ve sodyum içeren besinlerin uygun fiyata büyük porsiyonlarda tüketilmesi aşırı ağırlık artışı ve obezite durumunu etkileyen “obezojenik ortamın” en önemli bileşeni olarak kabul edilmektedir (Atanasova vd., 2022; Kardashian, Dodge & Terrault, 2023; Ronto vd., 2020).

Endüstriyel gıdaların aşırı tüketiminin neden olduğu sağlık sorunlarındaki artışla birlikte, sağlıklı beslenmenin önemi daha iyi anlaşılmaktadır. Bu nedenle, tüketiciler vücut sağlığını olumlu yönde etkileyen gıda seçimlerine odaklanmaya başlamıştır. Son yıllarda, bu eğilimi yansıtan kültürel bir akım olarak İtalya-Torino'da doğan "Slow Food Akımı" ön plana çıkmaktadır (Ahlawat, Sharma & Gautam, 2019; Clancy, 2017). Slow Food hareketi, geleneksel yaşam tarzını korumak amacıyla Fast Food'a tepki olarak doğmuştur ve küreselleşmeye karşı ortaya çıkmıştır (Bencsik, Lusher & Taylor, 2023). “İyi, temiz ve adil” ilkeleri yerel kaynaklı malzemeleri, geleneksel reçeteleri ve yemeklerin kaynağına, hazırlanmasına ve tadını çıkarmaya zaman ayırmaya insanları teşvik ederek, çevre sağlığını sürdürmek, Fast Food ve hızlı yaşam tarzları nedeniyle insan sağlığına verilen zararın ortadan kaldırılmasına yönelik olarak oluşturulmuştur (Güner & Çılğinoğlu, 2023). Bu beslenme hareketi; sağlıklı yaşamı önemseyen ve sürdürülebilir bir beslenme modeli olan Akdeniz diyetini teşvik etmektedir. Akdeniz diyetinin literatürde kan basıncını düzenlediği, serum lipidlerini, kan şekerini ve kardiyovasküler hastalık risk profilini azalttığı bilimsel olarak kanıtlanmıştır. Ayrıca, özel porsiyon boyutlarına dikkat edilmesi ile Akdeniz diyetinin vücut ağırlığındaki artışı engellemede etkili olduğu bilinmektedir (Çavuşoğlu & Altun, 2023; Roja, Nagamallesh & Navyashri, 2022).

Üniversite öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları, aileden ayrılma, yalnız yaşama, teknolojinin ilerlemesi, çalışma koşullarının değişmesi, eğitim durumu, dini inançlar ve gelir düzeyi gibi faktörlerle etkileşim içindedir. Bu etkileşim, öğrencilerin besin değeri düşük, yağ içeriği yüksek Fast Food yiyeceklerini tercih etmelerine yol açabilmektedir. Fast Food restoranlarında besin kalitesinin düşük olduğu, Fast Food ürün türleri içeren restoranların arttığı ve bu tercihlerin genellikle üniversite öğrencileri arasında daha yaygın olduğu gözlemlenmektedir (Lee, Hyun & Lee, 2022; Meng & Chan, 2022). Sağlık bilimleri öğrencilerinin gıda bileşenleri ve bunların vücut üzerindeki etkileri konusundaki ileri bilimsel bilgileri göz önünde bulundurularak daha sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemeleri beklenmektedir (Çöl vd., 2023). Üniversite öğrencilerinin Slow Food ile ilgili bir araştırmaya örnek olması, gençlik döneminde doğru ve sağlıklı beslenme bilincini kazanmalarına katkı sağlayabilir. Bu bilgiler doğrultusunda, bu çalışma sağlık bölümlerinde eğitim alan öğrencilerin Slow Food bilgi düzeyleri ile beden kütle indeksleri (BKİ) arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

## Yöntem

Bu çalışma tanımlayıcı, kesitsel ve ilişki arayıcı türde bir araştırmadır.

## Araştırmanın Evreni/Örneklemi

Araştırmanın evrenini Eylül 2023- Kasım 2023 tarihleri arasında Karabük Üniversitesi ve Ankara Medipol Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu ve Sağlık Bilimleri Fakültesi bölümlerinde okuyan öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmaya katılmaya gönüllü olan yaşları 19-23 arasında 318 (254 kadın,64 erkek) öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Veriler toplanmadan önce “G \*Power-3.1.9.2” programı kullanılarak yapılan post-hoc güç analizinde etki büyüklüğü 0,96, çalışmanın gücü %99 bulunmuştur. Bu durumda yapılan güç hesaplaması sonucunda örneklem sayısı 305 olarak belirlenmiş ve bu çalışmanın verilerinin yeterli olduğu görülmüştür.

## Veri Toplama Araçları

Araştırma öncesinde katılımcılara araştırma hakkında bilgi verilmiş ve araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü bireyler “Bilgilendirilmiş Olur Formu” imzalatılarak araştırmaya dahil edilmiştir. Çalışma Helsinki Deklarasyonu ilkelerine uygun olarak yapılmıştır. Katılımcılara çoktan seçmeli anket formu uygulanarak veriler toplanmıştır. Anket 3 bölüme ayrılmıştır. Birinci bölümde; sosyodemografik bilgileri, antropometrik ölçümleri, genel sağlık ve beslenme alışkanlıkları soruları, ikinci bölümde; Slow Food hakkında bilgi düzeyleri soruları, üçüncü bölümde ise; Slow Food Farkındalık Ölçeği soruları yer almaktadır. Anket katılımcılara yüz yüze uygulanmış olup anketin tamamlanması yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

Çalışma için Karabük Üniversitesi, Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu’dan 08.05.2023 tarihli etik onayı (Karar No:2023/1348) alınmıştır.

## Slow Food Farkındalık Ölçeği

Slow Food Farkındalık Ölçeği Özgen vd (2019) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek öğrencilerin Slow Food konusundaki farkındalık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiş olup 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerliliğine ilişkin faktör analizi sonuçları incelendiğinde, ölçeğin üç alt ölçek ve 22 maddeden (Sağlıklı alt ölçeğinde 10 madde, Temiz alt ölçeğinde 7 madde ve Adil alt ölçeğinde 5 madde) oluştuğu görülmektedir. Ölçekte yer alan her bir madde 5’li Likert tipindedir (1= Kesinlikle Katılmıyorum; 5=Tamamen Katılıyorum). Ölçekteki maddeler olumlu ve olumsuz olarak düzenlenmiş ve analizde olumsuz maddeler önce ters çevrilerek puanlanmıştır. Ölçeğin "iyi", "temiz", "adil" şeklinde üç alt boyutu bulunmaktadır ve toplam 22 değişkenden oluşmaktadır. Bu çalışmada, ölçeğin Cronbach- $\alpha$  değeri 0,976 olarak tespit edilmiş olup, alt ölçeklerin Cronbach- $\alpha$  değerleri şu şekildedir: "iyi sağlıklı gıda" 0,945, "temiz gıda" 0,957, "adil gıda" 0,943.

## Antropometrik Ölçümler

Bireylerin antropometrik ölçümleri (vücut ağırlığı, boy uzunluğu ve bel çevresi) beyana dayalı olarak sorgulanmıştır. Anket formunda antropometrik ölçümleri nasıl alacakları konusunda bireyler bilgilendirilmiştir. Beden kütle indeksi (BKİ), vücut ağırlığının boy uzunluğunun karesine bölünmesi ile bel/boy oranı, bel çevresinin boy uzunluğuna bölünmesi ile hesaplanmıştır.

## Verilerin Değerlendirilmesi

İstatistiksel analizler, SPSS (IBM SPSS Statistics 27.0) paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bulguların yorumlanmasında frekans tabloları ve tanımlayıcı istatistikler kullanılmıştır. Normal dağılıma uymayan ölçüm değerleri için parametrik olmayan yöntemler tercih edilmiştir. Parametrik olmayan yöntemlere göre, iki

bağımsız grubun ölçüm değerleri arasındaki karşılaştırmalarda "Mann-Whitney U" testi (Z-tablo değeri), bağımsız üç veya daha fazla grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırmalarda ise "Kruskal-Wallis H" testi ( $\chi^2$ -tablo değeri) yöntemi kullanılmıştır. Ayrıca, normal dağılıma sahip olmayan iki nicel değişken arasındaki ilişkilerin incelenmesinde "Spearman" korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

## Bulgular

Katılımcıların %47,2'sinin 21-22 yaş grubunda olduğu, %79,9'unun kadın olduğu, BKİ sınıflandırmasına göre %68,6'sının normal BKİ aralığında olduğu, %67,3'ünün mevcut vücut ağırlığını normal değerlendirdiği, %66,7'sinin ailesinde obezite problemi olmadığı, %61,6'sının süpermarketlerden yiyecek satın aldığı ve %84,0'ın dışarda/online olarak Fast Food tükettiği, %78,3'ünün Slow Food akımını duymadığı, %71,0'ının Slow Food akımını sağlıklı beslenme olarak tanımladığı ve %71,2'sinin sosyal medyadan bu akımı duyduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik ve beslenme özelliklerinin dağılımı

Değişken (N=318)	$\bar{X} \pm S.S$	
Yaş	21,32±1,98 (yıl)	
BKİ	22,35±3,62 (kg/m <sup>2</sup> )	
Değişken (N=318)	n	%
<b>Yaş sınıfı</b>		
19-20	119	37,4
21-22	150	47,2
≥23	49	15,4
<b>Cinsiyet</b>		
Erkek	64	20,1
Kadın	254	79,9
<b>BKİ sınıflandırması</b>		
<18.5 kg/m <sup>2</sup> (zayıf)	41	12,8
18.5-24.9 kg/m <sup>2</sup> (normal)	218	68,6
25.0-29.9 kg/m <sup>2</sup> (fazla kilolu)	40	12,6
≥30 kg/m <sup>2</sup> (obez)	19	6,0
<b>Okunan bölüm</b>		
Hemşirelik	90	28,3
Ebelik	20	6,3
Beslenme ve Diyetetik	59	18,6
Sağlık Kurumları İşletmeciliği	149	46,8
<b>Şu anki ağırlığını değerlendirme</b>		
Zayıf	47	14,7
Normal	214	67,3
Fazla kilolu	53	16,7
Obez	4	1,3
<b>Ailede obezite problemi varlığı</b>		
Var	106	33,3
Yok	212	66,7
<b>Ailede obezite problemi olan kişi</b>		
Anne	24	22,6
Baba	52	49,1
Kardeş	30	28,3
<b>Yiyecek satın alınan yer</b>		
Süpermarketler	196	61,6
Yerel marketler	117	36,8
Online alışveriş	5	1,6
<b>Dışarda/online genelde sipariş*</b>		
Fast Food	267	84,0
Pasta, kek, börek, vb.	5	1,6
Tost, sandviç, vb.	5	1,6
Ev yemeği tarzı yerler	30	9,4
Diğer	11	3,4

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik ve beslenme özelliklerinin dağılımı (devamı)

<b>Slow Food akımını duyma durumu</b>		
Duydu	69	21,7
Duymadı	249	78,3
<b>Slow Food akımını tanımlama</b>		
Yavaş yemek yeme	20	29,0
Sağlıklı beslenme	49	71,0
<b>Slow Food tanımı öğrenilen yer*</b>		
Üniversite	10	14,4
Sosyal medya, gazete, dergi, vb.	54	78,4
Arkadaşlar	5	7,2

\*Soruya birden fazla cevap verilmiştir ve yüzdeler değişen örnek sayısına göre belirlenmiştir.

Bulgulara göre ölçek toplam puanlarının demografik özelliklere göre karşılaştırılmasında; okunulan bölüme göre, beslenme ve diyetetik ile ebelik bölümlerinde okuyan öğrencilerin Slow Food Farkındalık ölçeği puanlarının, sağlık kurumları işletmeciliği bölümünde okuyan öğrencilerin puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ( $\chi^2=8,084$ ;  $p = 0,044$ ); yiyecek alınan yere göre ise süpermarketlerden yiyecek alan bireylerin puanlarının yerel marketlerden alanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $Z=-2,280$ ;  $p =0,023$ ). Slow Food akımını duyan öğrencilerin Slow Food Farkındalık Ölçeği puanları, duymayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu ( $Z=-4,510$ ;  $p <0,001$ ); Slow Food akımını sağlıklı beslenme olarak tanımlayanların puanlarının, yavaş yemek yeme olarak tanımlayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $Z=-3,931$ ;  $p <0,001$ ) (Tablo 2).

**Tablo 2.** Slow Food Farkındalık Ölçek puanlarının demografik özelliklere göre karşılaştırılması

Değişken (N=146)	n	Slow Food Farkındalık Ölçeği		İstatistiksel analiz*
		$\bar{X} \pm S. S.$	Medyan [IQR]	
<b>Yaş sınıfı</b>				
19-20	119	79,0 $\pm$ 17,15	79,0 [11,0]	$\chi^2=0,754$ $p =0, 686$
21-22	150	73,2 $\pm$ 23,25	81,0 [19,0]	
$\geq 23$	49	75,4 $\pm$ 16,99	80,0 [20,0]	
<b>Cinsiyet</b>				
Erkek	64	75,6 $\pm$ 17,76	77,0 [20,0]	$Z=-0,69$ $p =0,490$
Kadın	254	75,7 $\pm$ 20,99	81,0 [15,0]	
<b>Okunan bölüm</b>				
Hemşirelik	90	80,2 $\pm$ 15,95	81,0 [14,0]	$\chi^2=8,084$ <b><math>p =0,044</math></b>
Ebelik	20	84,0 $\pm$ 12,83	84,5 [27,5]	
Beslenme ve Diyetetik	53	85,9 $\pm$ 10,86	85,0 [26,0]	
Sağlık Kurumları İşletmeciliği	149	69,2 $\pm$ 24,26	75,0 [43,0]	
<b>Şu anki ağırlığını değerlendirme</b>				
Zayıf	47	77,5 $\pm$ 20,60	83,0 [11,0]	$\chi^2=2,563$ $p =0,278$
Normal	214	74,9 $\pm$ 20,61	80,0 [18,0]	
Fazla kilolu/obez	57	77,3 $\pm$ 19,32	78,0 [16,0]	
<b>Ailede obezite varlığı</b>				
Var	106	81,4 $\pm$ 10,50	78,5 [12,0]	$Z=-0,09$ $p =0,921$
Yok	212	72,9 $\pm$ 23,31	81,0 [22,0]	
<b>Obezite problemi olan aile üyesi</b>				
Anne	24	85,3 $\pm$ 13,54	85,5 [24,0]	$\chi^2=1,290$ $p =0,525$
Baba	52	81,5 $\pm$ 10,43	77,5 [12,8]	
Kardeş	30	80,8 $\pm$ 6,24	80,0 [10,0]	
<b>Yiyecek alınan yer</b>				
Süpermarketler	196	78,6 $\pm$ 19,12	82,5 [13,0]	$Z=-2,280$ <b><math>p =0,023</math></b>
Yerel marketler	117	73,1 $\pm$ 21,59	80,0 [17,0]	
Online alışveriş	5	75,4 $\pm$ 18,10	81,3 [16,0]	

**Tablo 2.** Slow Food Farkındalık Ölçek puanlarının demografik özelliklere göre karşılaştırılması (devamı)

<b>Slow Food akımını duyma durumu</b>	69	82,7±19,73	85,0 [7,0]	Z=-4,510
Duydu	249	73,8±20,14	79,0 [19,0]	<b>p &lt;0,001</b>
Duymadı				
<b>Slow Food tanımlama</b>				
Yavaş yemek yeme	20	59,5±31,73	83,0 [55,8]	Z=-3,931
Sağlıklı beslenme	49	87,0±10,38	87,0 [9,0]	<b>p &lt;0,001</b>

\*Normal dağılıma sahip olmayan verilerde iki bağımsız grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında “Mann-Whitney U” test (Z-tablo değeri); üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında “Kruskall-Wallis H” test ( $\chi^2$ -tablo değeri) istatistikleri kullanılmıştır.

BKİ sınıflandırmasına göre Slow Food Farkındalık Ölçeği puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $\chi^2=28,692$ ;  $p <0,001$ ). Anlamlı farkın hangi gruptan kaynaklandığını tespit etmek için yapılan Bonferroni düzeltmeli ikili karşılaştırmalar sonucunda; zayıf olan bireylerin Slow Food Farkındalık ölçeği puanlarının, normal ve obez olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; fazla kilolu olanların da normal ve obez olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Adil gıda puanları açısından; zayıf, normal ve fazla kilolu olan bireylerin adil gıda puanlarının, obez olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; zayıf ve fazla kilolu olanların adil gıda puanlarının, normal olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $\chi^2=45,709$ ;  $p <0,001$ ). Temiz gıda puanları açısından; fazla kilolu olan bireylerin temiz gıda puanları, normal ve obez olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $\chi^2=11,723$ ;  $p =0,008$ ). İyi sağlıklı gıda puanları açısından değerlendirildiğinde; zayıf olanların iyi sağlıklı gıda puanlarının, normal ve obez olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; fazla kilolu olanların iyi sağlıklı gıda puanlarının, normal ve obez olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ( $\chi^2=13,749$ ;  $p =0,001$ ) (Tablo 3).

**Tablo 3.** BKİ ve cinsiyete göre ölçek alt boyutu ve toplam puanlarının karşılaştırılması

Değişken (N=146)	n	Slow Food Farkındalık Ölçeği						SFFÖ – Toplam	
		İyi sağlıklı gıda		Temiz gıda		Adil gıda		$\bar{X} \pm S. S.$	
		$\bar{X} \pm S. S.$		$\bar{X} \pm S. S.$		$\bar{X} \pm S. S.$		$\bar{X} \pm S. S.$	
		75,75±20,36		33,59±9,39		25,22±7,33		16,94±4,74	
		$\bar{X} \pm S. S.$	Medyan [IQR]	$\bar{X} \pm S. S.$	Medyan [IQR]	$\bar{X} \pm S. S.$	Medyan [IQR]	$\bar{X} \pm S. S.$	Medyan [IQR]
<b>Cinsiyet</b>									
Erkek	64	32,4±9,49	37,0	25,9±6,72	26,0	17,2±4,35	19,0	75,6±17,76	77,0
Kadın	254	33,8±9,36	[9,0]	25,0±7,47	[9,0]	16,8±4,84	[4,0]	75,7±20,99	[20,0]
			36,0		27,0		18,0		81,0
			[9,0]		[6,0]		[5,0]		[15,0]
<b>İstatistiksel analiz*</b>		z=-0,77		z=-0,13		z=0,99		z=-0,69	
<b>Olasılık</b>		p= 0,437		p =0, 892		p =0,320		p =0,490	
<b>BKİ</b>									
<b>sınıflandırması</b>									
Zayıf <sup>(1)</sup>	41	36,0±8,77	39,0	26,4±7,06	28,0	18,6±4,74	20,0	81,0±20,27	86,0
Normal <sup>(2)</sup>	218	32,8±9,68	[3,0]	24,6±7,45	[2,0]	16,6±4,64	[1,0]	74,2±20,62	[5,0]
Fazla kilolu <sup>(3)</sup>	40	36,2±7,71	36,0	27,6±6,61	25,0	18,8±4,39	18,0	82,6±17,96	79,0
Obez <sup>(4)</sup>	19	31,3±9,10	[10,0]	23,5±6,93	[6,0]	12,3±2,56	[5,0]	67,2±16,85	[18,0]
			39,0		28,0		20,0		88,0
			[5,0]		[7,5]		[4,0]		[14,3]
			34,0		24,0		10,0		78,0
			[23,0]		[17,0]		[5,0]		[39,0]
<b>İstatistiksel analiz</b>		$\chi^2=13,749$		$\chi^2=11,723$		$\chi^2=45,709$		$\chi^2=28,692$	
		<b>p =0,003</b>		<b>p =0,008</b>		<b>p &lt;0,001</b>		<b>p &lt;0,001</b>	
		<b>[1-2,4] [3-2,4]</b>		<b>[3-2,4]</b>		<b>[1,2,3-4] [2-1,3]</b>		<b>[1-2,4] [3-2,4]</b>	

\*Normal dağılıma sahip olmayan verilerde iki bağımsız grubun ölçüm değerleriyle karşılaştırılmasında “Mann-Whitney U” test (Z-tablo değeri); üç veya daha fazla bağımsız grubun karşılaştırılmasında “Kruskall-Wallis H” test ( $\chi^2$ -tablo değeri) istatistikleri kullanılmıştır.

BKİ ile temiz gıda arasında negatif yönde, zayıf derecede, istatistiksel olarak anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $r=-0,133$ ;  $p=0,017$ ). Bireylerin temiz gıda puanları arttıkça, BKİ değerleri azalmaktadır. Buna ek olarak, temiz gıda puanları azaldıkça, BKİ değerleri artmaktadır (Tablo 4).

**Tablo 4.** BKİ ile Slow Food Farkındalık ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkinin incelenmesi

Korelasyon* (N=146)		BKİ
Slow Food Farkındalık Ölçeği	<i>r</i>	0,073
	<i>p</i>	0,192
İyi sağlıklı gıda	<i>r</i>	0,101
	<i>p</i>	0,073
Temiz gıda	<i>r</i>	<b>0,133</b>
	<i>p</i>	<b>0,017</b>
Adil gıda	<i>r</i>	0,065
	<i>p</i>	0,251

\*Normal dağılıma sahip olmayan iki nicel değişkenin ilişkilerinin incelenmesinde “Spearman” korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

Bireylerin iyi sağlıklı gıda, temiz gıda ve adil gıda puanları ile Slow Food Farkındalık Ölçeği toplam puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). İyi sağlıklı gıda, temiz gıda ve adil gıda puanları arttıkça, Slow Food Farkındalık Ölçeği toplam puanı artmaktadır. İyi sağlıklı gıda puanları ile temiz gıda ve adil gıda puanları arasında pozitif yönde, orta derecede anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $p <0,05$ ). İyi sağlıklı gıda puanları arttıkça, temiz gıda ve adil gıda puanları artmaktadır. Temiz gıda puanları ile adil gıda puanları arasında pozitif yönde, orta derecede ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki tespit edilmiştir ( $r= 0,613$ ;  $p <0,001$ ). Temiz gıda puanları arttıkça, adil gıda puanları artmaktadır (Tablo 5).

**Tablo 5.** Slow Food Farkındalık Ölçeğinin alt boyutlarının birbiriyle ilişkisinin incelenmesi

Korelasyon* (N=146)		Slow Food Farkındalık Ölçeği	İyi sağlıklı gıda	Temiz gıda	Adil gıda
Slow Food Farkındalık Ölçeği	<i>r</i>	1,00	0,92	0,86	0,81
	<i>p</i>	-	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>
İyi sağlıklı gıda	<i>r</i>	0,92	1,00	0,73	0,70
	<i>p</i>	<b>&lt;0,001</b>	-	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>
Temiz gıda	<i>r</i>	0,86	0,73	1,00	0,61
	<i>p</i>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	-	<b>&lt;0,001</b>
Adil gıda	<i>r</i>	0,81	0,70	0,61	1,00
	<i>p</i>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	<b>&lt;0,001</b>	-

\*Normal dağılıma sahip olmayan iki nicel değişkenin ilişkilerinin incelenmesinde “Spearman” korelasyon katsayısı kullanılmıştır.

## Tartışma

Küreselleşen dünyada geleneksel ve doğal üretim yöntemlerinin hızla terkedilmesi, gelecek nesiller için sağlıklı yaşam kalitesi ve geleneksel değerlerin kaybı anlamına gelmektedir. Gençlerin daha iyi beslenmeleri gereken dönem olan adölesanlıktan yetişkinliğe geçiş döneminde sıklıkla Fast Food beslenme modeli gibi sağlıklı seçimler yaptıkları bilinmektedir (Alkan, 2020; Janssen, Davies, Richardson, & Stevenson, 2018). Günümüz öğrencilerinde

Fast Food akımına karşı olan, yavaş yemek hareketi olarak bilinen Slow Food konusunda farkındalık yaratmak önemlidir. Bu araştırmada, sağlık bölümlerinde okuyan üniversite öğrencilerinin Slow Food bilgi düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda BKİ ortalaması; Reyhan ve Öztürk (2023) çalışmasında  $23.5 \text{ kg/m}^2$ , Çöl vd. (2023) çalışmasında  $23,9 \text{ kg/m}^2$ , Çoşkun ve Şahin (2024) çalışmasında  $20,69 \text{ kg/m}^2$  olarak rapor edilmiştir. Literatürdeki BKİ ortalamaları bu araştırma sonuçları ile uyumlu olmakla birlikte, zayıf ve obez öğrenci oranlarının daha düşük olduğu gözlemlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin yaşam koşulları, besin tercihleri, kültürel ve inanç farklılıkları gibi faktörlerin BKİ sonuçlarını etkilediği düşünülmektedir.

Fast Food ürünlere ulaşımın kolay ve yaygınlığının fazla olması tercih sebeplerindendir. Janssen ve arkadaşlarının (2018) yaptıkları meta analiz çalışmasında öğrencilerin Fast Food ürünlere kolay erişimi ve hızlı servisi nedeniyle tercih edildiği bildirilmektedir. Singapur'da yapılmış kesitsel bir araştırmada yüksek gelir ve eğitim düzeyi gibi sosyodemografik faktörlerin düzenli "Fast Food" tüketiminde en çok belirleyiciler arasında olduğu belirtilmiştir (Puhad vd., 2023). Bu çalışmada katılımcıların kolay ulaşılabilir olduğu için; sıklıkla süpermarketlerden yiyecek satın aldığı ve dışarda/online olarak Fast Food tükettiği görülmüştür.

Fast Food akımına karşı yaygınlaşan Slow Food akımı; yerel üreticilerin ve tüketicilerin etkisiyle çeşitlenmiş olup yerel tatların korunması ve gelecek kuşaklara aktarılması amacıyla yapılan çalışmalarda da sağlıklı beslenmenin temelini oluşturduğu ifade edilmektedir (Hatipoglu & Inelmen, 2022; Lam vd., 2020). Yapılan araştırmalarda, üniversite öğrencilerinin Fast Food ürünlerine erişim konusunda bilinçli oldukları ancak "iyi", "temiz" ve "adil" alt boyutlarından oluşan Slow Food felsefesi konusunda yeterince bilinçli olmadıkları belirlenmiştir (Özgen & Süren, 2019). Konya'da gerçekleştirilen bir çalışmada, katılımcıların %49'u Slow Food'un nasıl geliştirileceği hakkında bilgi sahibi olmadığını, %50'sinin ise Slow Food'u sağlıklı bulduğunu ancak bu konuda emin olmadıklarını ifade ettikleri bildirilmiştir (Kağrıcioğlu, 2020). Bu çalışmada katılımcıların %78,3'ünün Slow Food akımını duymadığı ve %71,0'ın Slow Food akımını sağlıklı beslenme olarak tanımladığı görülmektedir. Slow Food akımını duyanların Slow Food Farkındalık Ölçeği puanlarının, duymayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Slow Food hareketinin literatürde sıklıkla okul panoları, dersler, internet ve basın yoluyla öğrenildiği ve kızlar arasında daha yaygın olduğu bildirilmektedir (Güner & Çılğinoğlu, 2023; Acemioğlu & Doğan, 2020). Clancy ve arkadaşları; yavaş yemekle ilgili bilgilerin misafir ağırlama ve ev ziyaretleri yoluyla aktarıldığını ve bunların yavaş yemek hareketiyle ilgili farkındalığın-kültürün öğrenilmesinde ve yayılmasında etkili olduğunu belirtmektedir (Clancy, 2017; Nazifi vd., 2023). Bu çalışmada öğrencilerin Slow Food tanımını sıklıkla sosyal medya, gazete, dergi vb. kaynaklardan öğrendiği ve cinsiyetler arasında ölçek puanlarında anlamlı bir fark olmadığı gözlemlenmiştir. Slow food modelinin yaygınlaştırılmasında turizmin, geleneksel yemek kültürünün ve sivil toplum kuruluşlarının etkisi fazladır. Bu yöntemlerle öğrencilerin farkındalığı ve ilgisi artırılabilir.

Sağlıksız ürünlerin aşırı tüketimi BKİ değerlerinde artışa yol açarken, yeterli ve dengeli beslenmenin BKİ değerlerinde normalliği sağladığı yapılan çalışmalarla kanıtlanmıştır (Dhurandhar, 2022; Tantengco, 2022). Genellikle Fast Food ürünlerin tüketimi BKİ'yi arttırırken, bunun tam tersi olan Slow Food hareketinin BKİ değerlerini düşüreceği düşünülebilir. Özgen ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada; üniversite öğrencilerinin BKİ dağılımlarına göre Slow Food tüketme nedenlerinin "iyi" alt boyutu, normal ağırlıktaki öğrencilerde daha yüksek puan almışken, "temiz" alt boyutu puanlarında normal ağırlıktaki öğrencilere göre zayıf ve hafif şişman öğrencilerin



puan ortalamaları daha düşüktür ( $P < 0,05$ ) (Özgen & Süren, 2019). Bu çalışmada BKİ sınıflandırmasına göre zayıf olan bireylerin Slow Food Farkındalık Ölçeği puanlarının, normal ve obez olan bireylere göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Zayıf, normal ve fazla kilolu olan bireylerin; adil gıda puanlarının, obez olan bireylere göre daha yüksek olduğu; fazla kilolu olan bireylerin temiz gıda puanlarının, normal ve obez olan bireylere göre daha yüksek olduğu; zayıf olan bireylerin iyi sağlıklı gıda puanlarının, normal ve obez olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. BKİ ile temiz gıda arasında negatif yönde, zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Temiz gıda puanları arttıkça, BKİ değerleri azalmıştır. Ayrıca BKİ sınıflandırmasına göre zayıf, normal, hafif şişman olan bireylerin tüm alt ölçeklerin birbiriyle pozitif yönde ilişkisi; obez olan bireylerde sadece iyi sağlıklı gıda ile temiz gıda arasında pozitif yönde ilişkisi tespit edilmiştir. Zayıf ve normal ağırlıktaki öğrencilerin sağlıklı ve doğru yeme davranışları konusunda bilinçli olmaları, bu farklılıkların kaynağı olabilir.

Slow Food felsefesi, hızlı ve modern yaşama uyum sağlamanın aksine geleneksel yaşam biçimini, yereli desteklemektedir. Slow Food hareketinin temelinde sağlıklı, temiz, iyi ve daha adil gıda üretimi ve tüketiminin olduğu, ulusal ve uluslararası sorunlara karşı mücadele edilmesi gerektiği bilinmektedir. Slow Food tarzı beslenmenin insan sağlığı üzerindeki etkilerine yönelik bilimsel çalışmalarda henüz yeterli veri bulunmamaktadır. Bu nedenle, Slow Food ve sağlık arasındaki ilişkiyi karşılaştırmalı olarak değerlendirmek şu aşamada mümkün değildir. Literatür taramalarında sıklıkla gastronomi öğrencilerinin Slow Food konusunda farkındalıkları ölçülmüşken bu çalışmada sağlık bilimleri öğrencilerinin farkındalıkları ölçülmüştür. Bu kesitsel çalışmanın Karabük ve Ankara illerinde bulunan iki üniversitede eğitim gören öğrenciler ile gerçekleştirilmiş olması çalışmanın sınırlılıklarındandır. Temiz ve sağlıklı beslenme açısından doğal ve yerel ürünlerin tüketimine yer veren Slow Food tarzı beslenmenin sadece sağlık üzerine etkisi değil yerel ve kültürel turizme etkisinin de incelenmesi açısından çalışmanın farklı popülasyonlarda gerçekleştirilmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

## Sonuç

Slow Food hareketleri; sürdürülebilir, adil, etik, bilinçli ve bölge kültürüyle uyumlu bir yaşam tarzını benimsemeyi teşvik etmektedir. Bu çalışma genç kadınların çoğunlukta olduğu bir katılımcı grubunda yapılmış olup, cinsiyete göre Slow Food farkındalık ölçek puanları arasında anlamlı bir ilişki olmadığını ancak bireylerin antropometrik ölçümlerden BKİ değerleri ile anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Öğrencilere yönelik Slow food prensipleri hakkında bilgi veren ve pratik uygulamalar içeren atölye çalışmaları yapılabilir, beslenme uzmanları veya slow food aktivistleri davet edilerek seminerler düzenlenebilir. Böylece öğrencilerin Slow Food felsefesini benimsemesi ve iyi gıdaya ulaşması kolaylaşacaktır. Temiz ve sağlıklı beslenme modelini kapsayan Slow Food akımına yönelik turizm alanında yapılan çalışmaların artırılması ve gastronomi turizmine kazandırılması toplumun yerel doğal ürünlerin turizm ve eğlence faaliyetlerine kazandırılmasına katkı sağlayacaktır.

## Beyan

Makalenin tüm yazarlarının makale sürecine verdikleri katkı eşittir. Yazarların bildirmesi gereken herhangi bir çıkar çatışması yoktur. Çalışma için Karabük Üniversitesi, Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'dan 08.05.2023 tarihli etik kurul onayı (Karar No:2023/1348) alınmıştır.

**KAYNAKÇA**

- Acemioğlu, R., & Doğan, Y. (2020). Ön lisans çocuk gelişimi bölümü öğrencileri perspektifinden yavaş yemek (Slow Food) kavramının algılanışı: Nitel bir çalışma. In *VII th International Eurasian Educational Research Congress*.
- Ahlawat, M., Sharma, P., & Gautam, P. K. (2019). Slow food and tourism development: A case study of slow food tourism in Uttarakhand. India. *GeoJournal of Tourism and Geosites*, 26(3), 751–760.
- Alkan, A. (2020). Yerel paydaşların cittaslow şehir ağına yönelik algı ve tutumlarına ilişkin bir araştırma: Ahlat cittaslow şehir örneği. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 47, 261–280.
- Atanasova, P., Kusuma, D., Pineda, E., Frost, G., Sassi, F., & Miraldo, M. (2022). The impact of the consumer and neighbourhood food environment on dietary intake and obesity-related outcomes: A systematic review of causal impact studies. *Social Science & Medicine*, 299 (1), 114879.
- Bencsik, P., Lusher, L., & Taylor, R. L. (2023). Slow traffic, fast food: The effects of time lost on food store choice, *IZA Discussion Papers*, No:16036
- Çavuşoğlu, O., & Altun, Ö. (2023). Cittaslow şehir restoranlarında yöresel gastronomik ürün kullanımı: Gökçeada (İmroz) örneği. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 49-65.
- Clancy, M. (2017). Introduction : The rise of slow in a fast world. *Slow Tourism, Food and Cities*, 1–12.
- Coşkun, A., & Şahin, G. (2024). Üniversite öğrencilerinin yaş ve cinsiyete göre bel kalça oranının incelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1-7.
- Cui, L., Chen, T., Li, Z., Yu, Z., Liu, X., Li, J., Guo, Y., Xu, D., & Wang, X. (2022). Association between dietary related factors and central obesity among married women: China health and nutrition survey. *Appetite*, 168, 105785.
- Çöl, B., Elkin, N., Yalçın, S., Nizamlioğlu, M., Yüksel Barut, A., Nur, H., Öztürk, O., & Merve Kurtuluş, E. (2023). Sağlık bilimleri öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları ve obezite durumu. *Istanbul Gelisim University Journal of Health Sciences*, 19(2), 194–207.
- Dhurandhar, N. V. (2022). What is obesity? *International Journal of Obesity*, 46(6), 1081–1082.
- Güner, D., & Çılgınoğlu, H. (2023). Gastronomi şehri afyonkarahisar ve slow food Nuh'un ambarı projesindeki yeri. *Güncel Turizm Araştırmaları Dergisi*, 7(1), 281–300.
- Hatipoğlu, B., & Inelmen, K. (2022). Effective management and governance of Slow Food's Earth Markets as a driver of sustainable consumption and production. *Events and Sustainability*, 232–250.
- Janssen, H. G., Davies, I. G., Richardson, L. D., & Stevenson, L. (2018). Determinants of takeaway and fast food consumption: a narrative review. *Nutrition Research Reviews*, 31(1), 16–34.
- Kağnıcıoğlu, M. (2020). Üniversite Öğrencilerinin Hızlı ve Hazır Yiyeceklere Yönelimleri, Bu Yiyecekleri Tüketim Sıklıklarının Saptanması ve Yeni Bir Akım Olan Yavaş Yemek Hakkında Bilgi Düzeylerinin Değerlendirilmesi (Master's thesis, Necmettin Erbakan University (Turkey)).

- Kardashian, A., Dodge, J. L., & Terrault, N. A. (2023). Quantifying the negative impact of fast-food consumption on liver steatosis among united states adults with diabetes and obesity. *Clinical Gastroenterology and Hepatology*, 21(12), 3176-3178.
- Lam, D. P. M., Martín-López, B., Wiek, A., Bennett, E. M., Frantzeskaki, N., Horcea-Milcu, A. I., & Lang, D. J. (2020). Scaling the impact of sustainability initiatives: a typology of amplification processes. *Urban Transformations*, 2020, 2(1), 1–24.
- Lee, K., Hyun, J., & Lee, Y. (2022). Fast food consumption value: examining the moderating role of process value. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 34(12), 4729–4747.
- Uzun, Reyhan., & Öztürk, A. (2019). Üniversite öğrencilerinde beslenme okuryazarlığı durumu ve obezite ile ilişkisi, 5. Uluslararası 23. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi, 345, 1069-1070
- Meng, Y., & Chan, E. Y. (2022). Traffic light signals and healthy food choice: Investigating gender differences. *Psychology & Marketing*, 39(2), 360–369.
- Nazifi, H., Sabouri, M. S., Allahyari, M. S., Niknami, M., & Danaei, E. (2023). Exploring Extension Implications for Slow Food Development in Iran: A Comprehensive Analysis. *Sustainability*, 15(23), 16538.
- Ozgen, L., Nabyeva, G., & Pektaş, S. (2019). Development of slow food awareness scale and examination of the effectiveness of slow food training. *Progress In Nutrition*, 21(4), 752–761.
- Özgen, L., & Süren, T. (2019). Öğrencilerde fast food ve slow food tüketim nedenleri arasındaki farkın incelenmesi (Investigation of the difference between fast food and slow food consumption causes in students). *Journal of Tourism & Gastronomy Studies*, 7(3), 1836–1851.
- Puhad, A. N., Ahmad Russlin, E. M., Mohd Khamis, N. F., Abu Bakar, A. R., & Ab Aziz, W. S. N. A. (2023). Investigating the factors influencing generation-y attitudes toward fast-food consumption in Ipoh City. *ESTEEM Journal of Social Sciences and Humanities*, 7, 91-105.
- Roja L, D., Nagamallesh C, S., & Navyashri, C. (2022). Fast food: Slow poison. *International Journal of Trend in Scientific Research and Development*, 6(5), 214-218.
- Ronto, R., Rathi, N., Worsley, A., Sanders, T., Lonsdale, C., & Wolfenden, L. (2020). Enablers and barriers to implementation of and compliance with school-based healthy food and beverage policies: a systematic literature review and meta-synthesis. *Public Health Nutrition*, 23(15), 2840–2855.
- Tantengco, O. A. G. (2022). Decreased global online interest in obesity from 2004 to 2021: An infodemiology study. *Obesity Medicine*, 30, 100389.
- WHO European Regional Obesity Report, 2022.

## **The Relationship Between Slow Food Knowledge Levels and Body Mass Index in Health Field Students**

**Hilal DOĞAN GÜNEY**

Safranbolu District Health Directorate, Nutrition and Diet Unit, Karabük/Türkiye

**Özlem ÖZER ALTUNDAĞ**

Karabük University, Safranbolu Faculty of Tourism, Karabük/Türkiye

**Pınar GÖBEL**

Ankara Medipol University, Faculty of Health Sciences, Ankara/Türkiye

### **Extended Summary**

Obesity has become a worldwide epidemic in recent years. Epidemiological studies show that changes in dietary habits strongly contribute to the development of obesity and obesity-related diseases. With the increase in health problems caused by overconsumption of industrial foods, the importance of a healthy diet is better understood. Therefore, consumers have begun to focus on food choices that positively impact body health. In recent years, the "Slow Food Movement", born in Turin, Italy, has come to the fore as a cultural movement reflecting this trend. The fact that university students are an example of a research on Slow Food may contribute to their gaining awareness of proper and healthy nutrition during their youth. In line with this information, this study was conducted to determine the relationship between Slow Food knowledge levels and body mass index (BMI) of students studying in health departments.

The study is a descriptive, cross-sectional and correlational research. The population of the study consisted of students studying at Karabük University and Ankara Medipol University Vocational School of Health Services and Faculty of Health Sciences between September and November 2023. A total of 318 (254 female, 64 male) students aged between 19-23 years who volunteered to participate in the study were included in the study. Data were collected by applying a multiple-choice questionnaire form to the participants. The questionnaire was divided into 3 sections. In the first part; sociodemographic information, anthropometric measurements, general health and eating habits questions, in the second part; Slow Food knowledge level questions, in the third part; Slow Food Awareness Scale questions.

47.2% of the participants were in the 21-22 age group, 79.9% were female, 68.6% were in the normal BMI range according to the BMI classification, 67.3% considered their current body weight normal, 66.7% had no family history of obesity, 61.6% of the students purchased food from supermarkets, 84.0% of the students consumed fast food outside/online, 78.3% of the students had not heard of the Slow Food movement, 71.0% of the students defined the Slow Food movement as healthy eating and 71.2% of the students heard about this movement on social media. In the comparison of Slow Food Awareness Scale total scores according to demographic characteristics, it was determined that the Slow Food Awareness scale scores of the students studying in the departments of nutrition and dietetics and midwifery were significantly higher than the scores of the students studying in the department of health institutions management ( $\chi^2=8,084$ ;  $p = 0,044$ ); according to the place of food purchase, it was determined that the scores of the individuals who bought food from supermarkets were significantly higher than those who bought food from local markets ( $Z=-2,280$ ;  $p = 0,023$ ). It was found that the Slow Food Awareness Scale scores of the students who had

heard of the Slow Food movement were significantly higher than those who had not ( $Z=-4.510$ ;  $p<0.001$ ); the scores of those who defined the Slow Food movement as healthy eating were significantly higher than those who defined it as slow eating ( $Z=-3.931$ ;  $p<0.001$ ).

A statistically significant difference was found in terms of Slow Food Awareness Scale scores according to BMI classification ( $\chi^2=28.692$ ;  $p<0.001$ ). As a result of Bonferroni corrected pairwise comparisons to determine from which group the significant difference originated; it was determined that the Slow Food Awareness scale scores of individuals who were underweight were significantly higher than those who were normal and obese; and those who were overweight were significantly higher than those who were normal and obese. In terms of fair food scores, it was determined that fair food scores of individuals who were underweight, normal and overweight were significantly higher than those who were obese; fair food scores of those who were underweight and overweight were significantly higher than those who were normal ( $\chi^2=45,709$ ;  $p<0.001$ ). In terms of clean food scores, it was determined that the clean food scores of overweight individuals were significantly higher than those of normal and obese individuals ( $\chi^2=11,723$ ;  $p=0,008$ ). In terms of good healthy food scores, it was found that the good healthy food scores of underweight individuals were significantly higher than those of normal and obese individuals, and the good healthy food scores of overweight individuals were significantly higher than those of normal and obese individuals ( $\chi^2=13,749$ ;  $p=0,001$ ). There was a negative, weak, statistically significant relationship between BMI and clean food ( $r=-0.133$ ;  $p=0.017$ ). As the clean food scores of individuals increase, their BMI values decrease. In addition, as clean food scores decrease, BMI values increase.

There was a positive, high and statistically significant relationship between the good healthy food, clean food and fair food scores of the individuals and the total score of the Slow Food Awareness Scale ( $p<0.05$ ). As good healthy food, clean food and fair food scores increase, Slow Food Awareness Scale total score increases. There was a positive, moderate and statistically significant relationship between good healthy food scores and clean food and fair food scores ( $p<0.05$ ). As good healthy food scores increase, clean food and fair food scores increase. There was a positive, moderate and statistically significant relationship between clean food scores and fair food scores ( $r=0.613$ ;  $p<0.001$ ). As clean food scores increase, fair food scores increase.

The Slow Food philosophy supports the traditional way of life, the local, as opposed to adapting to fast and modern life. This study was conducted in a participant group with a majority of young women, and it shows that there is no significant relationship between Slow Food awareness scale scores according to gender, but there is a significant relationship with BMI values of individuals from anthropometric measurements. It was determined that the Slow Food awareness scale scores of underweight individuals were significantly higher than those of normal and obese individuals, and the scale scores of overweight individuals were significantly higher than those of normal and obese individuals. These results show that individuals' BMI values are effective on Slow Food awareness scale scores.

It is known that the Slow Food movement is based on healthy, clean, good and fairer food production and consumption and that national and international problems should be fought against. Scientific studies on the effects of Slow Food-style nutrition on human health do not yet have sufficient data. Therefore, it is not possible to comparatively evaluate the relationship between Slow Food and health at this stage. In the literature reviews, gastronomy students' awareness of Slow Food was often measured, while in this study, the awareness of health sciences students was measured. One of the limitations of this cross-sectional study is that it was conducted with

students studying at two universities in Karabük and Ankara. There is a need to conduct the study in different populations in order to examine the effect of Slow Food style nutrition, which includes the consumption of natural and local products in terms of clean and healthy nutrition, not only on health but also on local and cultural tourism.

**Ek 1. Etik Kurul İzni**



T.C.  
KARABÜK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Sayı : E-77192459-050.99-240791  
Konu : 2023/1348 Nolu Karar

08.05.2023

Sayın Dr. Öğr.Üyesi Özlem ÖZER ALTUNDAĞ

Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulumuza sunmuş olduğunuz **"Sağlık Bölümlerinde Okuyan Öğrencilerin Slow Food Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi"** başlıklı araştırma projeniz amaç, gerekçe, yaklaşım ve yöntemle ilgili açıklamaları açısından Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul yönergesine göre incelenmiş olup etik açıdan uygun olduğuna oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Doç. Dr. Erkan DOĞAN  
Kurul Başkanı

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu: BSP6FLHEBV

Belge Doğrulama Adresi : <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=4043&eD=BSP6FLHEBV&eS=240791>

Adres: Karabük Üniversitesi Demir Çelik Kampüsü Merkez/Karabük

Telefon: (370) 418 9446

e-Posta: [giroletik@karabuk.edu.tr](mailto:giroletik@karabuk.edu.tr) İnternet Adresi: <http://tip.karabuk.edu.tr/giroletik>

Kep Adresi: [karabukuniversitesi@hs01.kep.tr](mailto:karabukuniversitesi@hs01.kep.tr)

Bilgi için: Songül DOYMUŞ

Unvanı: Sürekli İşçi

